

<女性のギャンブル依存症のリハビリテーションセンター> デイケアセンター ぬじゅみ だより

平成 30 年 6 月号 発行元 NPO 法人 又ジュミ №91

買い物依存、浪費癖の方もご相談ください



★入場：無料

第 1 1 回又ジュミセミナー

女性たちの中だから正直に分かち合える

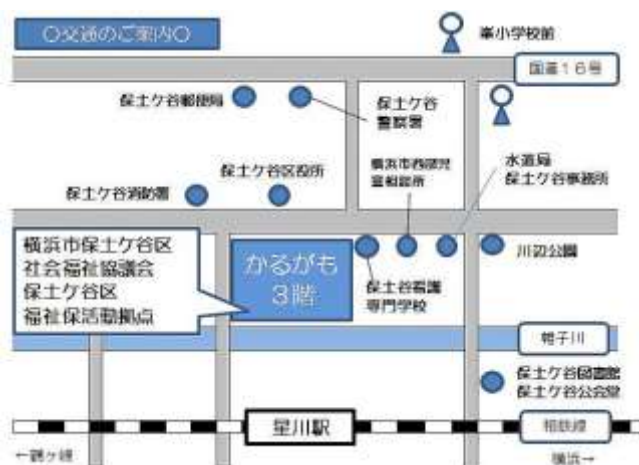
～それぞれの回復！～



【日時】：2018年7月15日（日）10:00～15:30

【会場】：横浜市保土ヶ谷区川辺町 5-11

保土ヶ谷区福祉保健活動拠点「かるがも」3階



私たちは、全国でただ一つの女性のギャンブル&買い物など
行為依存の回復を支援する施設です！

<プログラム>

午前の部

☆開場 9 : 30



☆開始 あいさつ . . . 10 : 00

☆スタッフと

OGの体験談 . . 10 : 10 ~ 11 : 50

☆お知らせ 11 : 50 ~ 12 : 00

—昼食・休憩—

午後の部

☆利用者の話 13 : 00 ~ 13 : 30

☆回復を目指す仲間とモデルミーティング

13 : 30 ~ 15 : 00

☆質疑応答 . . 15 : 00 ~ 15 : 30

☆終了 15 : 30

☆都合により変更することがありますので、ご了承ください。

【お問い合わせ】 NPO法人ヌジュミ
【住所】 横浜市保土ヶ谷区西谷町1230番地
【電話番号】 045-744-6516
【携帯電話】 080-6611-7526

主催：横浜市地域活動支援センター デイケアぬじゅみ



桜

みて！キレイだねーママ！！「チューリップなの！？」いや、「さーくーら！」見て！こっちもだ見て！みてみてみてよ。見てみて攻撃を受けながら家の近所の散歩道を息子と歩き、本当に綺麗だねーと返す。桜はずーっと毎年変わらず咲いている。子供の頃のように四季の変化を、自分の変化を身体で、目で、改めて感じさせてもらったのがこの又ジュミだ。ちょうどこの時期の9年前、又ジュミに辿り着いた。（いや、家族が藁をもつかむ思いで私は連れてこられた！その時の私は桜が綺麗だとは思わなかった。何も感じなかった。春？桜？だから何？という状態だったと思う。そんなことよりお金は？私の借金は？主人とはどうなる？私はいつまでここにいるのか？私は何てことをしてしまったのか？私はこれからどうなるのか？そのことが何よりも大事だった。人の中、仲間の中に居ることもめんどくさくさえ感じた事もある。1日3回のミーティングの間又ジュミにも居たくなく、家にも戻れず昼休み保土ヶ谷にあった又ジュミの上の公園でよく泣いた。その時の頭上に満開の桜が咲いていた事だけは覚えている。戻れば必ず仲間がいてくれたことも。2年、3年と過ぎた頃又ジュミスタッフとなっていた私に子供ができ、お腹に子供がいますと皆に伝えた場所がある。それから6年経った、息子も連れて現在のメンバーと行かせてもらった。あの時と同じように桜は満開だ。

新しい生き方を今後も続けたいと願い仲間の中で見ると桜はまた格別かもしれない。息子がチョロチョロ動き回るがメンバーと一緒に遊んでくれてゆっくり桜を見上げる時間があるのもまた格別（・∀・）。ありがとー！！誰かのサポートがあり、誰かに必ず支えられ生かされていることに家族、仲間、子育ての中で気付かせてもらう。「自分」がそうしてもらってきたことも、そうしてもらえてる「今」があることにも、日々の振り返りをサラっとしてしまう自分があるが、、あたりまえではないですね。通っている間、スタッフになってからの今日まで、「又ジュミに来てくれてありがとう」「1人でも多くの女性を助けたい」「1人でもいい、幸せになってほしい。ただそれだけ」代表の田上から何度聞いたかわからない。その言葉が現実となり1人1人がそれぞれの回復で社会に家庭に復帰される姿を見させてもらう。季節も感じれなくなっていた自分、誰かが笑っていても笑えない自分。何一つ何にも面白くないと内面でヒソソリ思っていた。年齢も様々な仲間の中で笑い出した瞬間、何が何だかわからなくなり号泣した瞬間、自分のしてきたことを

話し出した瞬間、納得いかないことがあると施設に仲間にイラつく瞬間(笑)、こんな事で私はイライラするんだと絶望し自分の事を知る瞬間。その瞬間が「少し」わかるからこそメンバーの表情が変わり出す瞬間に喜びがあるのかもしれない。今日もメンバー達がそれぞれの過去を振り返り、泣きながら話をしたり、イライラしてたり(笑)今後の希望を話したり、「今」の感情に正直になろうとミーティングである。休憩時間になると・・・音楽聴く仲間、横になる仲間、再放送のドラマを見て「この女優名前なんだっけ?」「この男ムカツクー」ドラマに皆で集中したり((´▽`))、癒される姿です。自分がしてもらった事をお返しすることの1つとして、この居場所の提供を続けたいと思う。だが・・・これまで仕事として又ジュミスタッフとして、女性のサポートを続けられるのだろうか?何かある度に悩み耽った(-_-)。その度にやります、続けようと思うとスポンサーに意志を伝えるが、一本のメールが・・・やる、やらない、できる、できないが高慢なら「やらせていただく」というスタンスかなあと思うよ～。いつものように優しい文面であったが、初心に戻され考えさせられる言葉です。やらせていただくこうと思う。自分自身の為にも。

竹腰

ビデオ「ドランカー」を見て

私は施設につながって半年になりました。施設ではプログラムでたまにDVDを見せてもらえることがあります。今回は「ドランカー」というビデオを見ました。ビデオテープで見るなんて久しぶりのことで、ビデオテープに懐かしさも感じていました。主人公はビルという男性で、戦争の体験からお酒に依存する生活の第一歩をふみはじめ、幸せな家庭を築きながらも色々な出来事からアルコール依存症になってしまいどうしようもない生活になってしまった。だけど自分の閉ざしてしまった生活を見直し始め、アルコールをやめる生活を同じように苦しんでいる仲間を見つけて歩いていくという話だったんですが、ビルさんの時代はミーティングというものが無い時で今の私には考えられない事だったんですが、自分自身が回復したいという思いから、同じように苦しんでいる仲間を見つけ同じように苦しんでいる仲間が一人でもいると、それがミーティングになるんだなって見ていて思いました。そして一人では回復していく事はむずかしいんだなとも思いました。同じように苦しんでる仲間と話をし、自分の話もして、聞いて。。。



それが今の私にとってもやっぱり必要な事なんだと改めて感じました。今私はあたり前のように自助グループがあって、同じように何かに苦しんでいる仲間の方がいて自分の話をして、聞いて。誰かが会場をあけてくれている。そんなことにもふと感謝ができました。ビルさん自身が回復したい、かわりたいという思いが、色々な出来事から少しずつ仲間とのかわりに何かの力でみちびかれたのかなと思いました。私は今施設で苦しい事もあります、今の私は仲間の人とのかわりで少しずつ一人ではどうにもならない事がわかってきて、それと同時に仲間の人がいるから決して一人ではない事も少しずつ感じ始めました。ギャンブルでどうにもならなかった時の苦しさより、今ギャンブルをやめ続ける中での苦しさの方が生き方が楽になるんだろうなって感じました。ビデオ見てよかったです。内容がうまくまとまってませんが。。(笑) 仲間、人とのかわりの中で少しずつ前に進めたらと思います。
Y・W

パッチワーク鈴木先生との出会い

針を持つことが苦手だった私が施設に繋がり、鈴木先生と出会いパッチワークをする事になるとは夢にも思っていませんでした。明るくパワー溢れる先生に月2回お会い出来るのがとても楽しみになり、振り返って見たら私の作品…？が4点も出来上がっていて、それにびっくりです。5月17日に鈴木先生の作品展に行かせて頂きその作品を見てなんとスケールの大きい事、色の使い方、パッチワークとはこれなんだ。改めて先生の手腕を知らされた思いです。でもその中に私の作品も飾ってあり、少し自信が持てました。いつも優しく教えて下さる鈴木先生、ありがとうございます。 S・Y



雪ノ下教会
ふれあいバザーにて
←
→



*



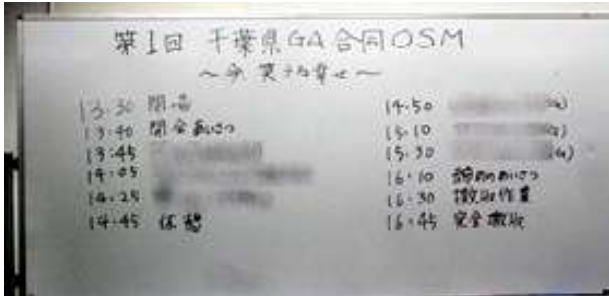
5



近隣の公園にて



保土ヶ谷区更正保護女性会にて 鈴作り



バラ名:ダイナ・プリンセス・オブ・ウェールズ
港の見える丘公園「バラ園」にて



↑ 3月と4月調理プログラムのレシピ ↑

	利用者	電話相談	メッセージ
3月	10名	16件	6カ所
4月	10名	10件	2カ所
5月	10名	11件	2カ所

※お問い合わせ

〒240-0052 横浜市保土ヶ谷区西谷町 1230-1

NPO 法人ヌジュミ 横浜市地域活動支援センター

デイケアぬじゅみ

☎045-744-6516・FAX045-744-6517

NPO 法人又ジュミの財源が困窮しています！なおいっそうのご支援を賜りますよう、よろしくお願いいたします。

★お振込先：加入者名 NPO法人又ジュミ
郵便振替口座番号 00270 4 61229

<カンパしてくださっている方々（順不同）>
ほか匿名希望の皆様

♥暖かいご支援ありがとうございます。大切にに使わせていただきます
(^-^)

平成30年3月30日から5月30日までの支援者の皆さまを掲載
させていただきました。

<編集後記>

DVD「ミニーさんから受け取ったもの」を観て。

ギャンブルがやめられなくて、生きてゆくのがどうにもならなくなっていた私は、29年前の第2回横浜アディクションセミナーに参加したのがきっかけで、依存症からの回復「新しい生き方」を様々な人たちに助けられ一緒に歩いてくれました。セミナーの実行委員会は横浜の寿町にあり活動されている方。みのわマックにたどり着いた時に面接してくれたスタッフ、施設長、仲間たちはミニーさんからの経験も「延べ伝え」を正直に伝え続けてくれていたんだと、私は素晴らしい仲間たちに助けられたんだと改めて気づきました。女性の回復施設又ジュミでも、私が戴いたもの、希望のメッセージを述べ伝えるよう関わっていきたいと思います。 記：田上